

Obtenha ajuda e apoio para gerir a sua Diabetes Tipo 2

O programa do NHS (SNS) Diabetes Tipo 2 Caminho para a Remissão coloca-o no controlo da sua saúde, ao oferecer apoio personalizado liderado por uma equipa de profissionais de saúde.

O programa gratuito pode ajudá-lo(a) a:

- ✓ Perder peso, usando uma abordagem de substituição total da dieta
- ✓ Melhorar os seus níveis de açúcar no sangue
- ✓ Reduzir a sua medicação relacionada com a diabetes
- ✓ Potencialmente alcançar a remissão da diabetes
- ✓ Criar hábitos para levar um estilo de vida mais saudável e feliz



Como sei se sou elegível para o Programa?

- ✓ Idade entre 18-65 anos (*note que indivíduos com mais de 65 anos podem ser encaminhados, se clinicamente adequado e se os potenciais benefícios para esse indivíduo forem considerados superiores aos potenciais riscos associados à perda rápida de peso [por exemplo, exacerbação de fragilidade pré-existente]*). IMC (Índice de Massa Corporal) mínimo
- ✓ de 27kg/m² (25kg/m² em pessoas de origem étnica minoritária). Diagnóstico de Diabetes
- ✓ Tipo 2 nos últimos 6 anos.
- ✓ Elegibilidade HbA1c (medida nos últimos 12 meses) Medicação: HbA1c 43-87 mmol/mol, sem medicação: HbA1c 48-87 mmol/mol
- ✓ Motivação para participar no Programa de 12 meses

Por favor, fale com o seu médico de família para ver se poderá ser elegível para um encaminhamento.

Para mais informações visite: oviva.com/uk/en/t2dr ou digitalize o código QR.



Compreendemos que cada pessoa é única, por isso, oferecemos opções flexíveis para participar no programa de uma forma que se adequa às suas necessidades individuais e contexto.

Somos acessíveis

Os programas Oviva estão disponíveis em **mais de 25 idiomas** e o nosso conteúdo e aconselhamento Learn são culturalmente diversos. Pode traduzir informações da nossa página web e do nosso conteúdo Learn, usando o Google Tradutor ou usando uma aplicação de texto para voz. Além disso, quer prefira mensagens por aplicação ou aconselhamento telefónico, ou se prefere encontrar pessoas presencialmente, temos a solução para si. Com o nosso apoio remoto, não precisará de viajar para consultas, e a aplicação Oviva aprovada pelo NHS (SNS) significa que pode aceder ao apoio onde quer que esteja, mesmo durante as noites e fins de semana. O seu conforto e preferências são a nossa prioridade.



Relacionável

Durante as primeiras 12 semanas do programa, substituirá todas as refeições por produtos de substituição dietética total, que serão entregues diretamente na sua porta. Todo o programa, incluindo os produtos, é financiado pelo NHS (SNS) e **completamente gratuito para si**. Os produtos utilizados para substituições dietéticas totais são nutricionalmente completos, com opções halal, sem glúten, veganas e vegetarianas disponíveis.



Pode confiar em nós

O programa está concebido para que tenha mais contacto com o seu conselheiro nos momentos que são mais desafiantes para si. Inicialmente, verá o seu conselheiro semanalmente, para que possa responder a quaisquer questões ou preocupações que possa ter no início da sua jornada. O seu conselheiro compreende que situações sociais, como refeições em família e cozinhar para a família, podem ser um desafio, especificamente durante a fase de Substituição Dietética Total (SDT) do programa; o mesmo acontece com eventos marcantes. O seu conselheiro irá apoiá-lo(a) e fornecer ideias práticas adaptadas a si.



Por favor, fale com o seu médico de família para ver se poderá ser elegível para um encaminhamento.

Para mais informações visite:
oviva.com/uk/en/t2dr



Serviço fornecido por

